

## 事前須知

承蒙惠購CASIO手錶，謹表感謝。為了最有效地使用本錶，務請詳細閱讀本說明書。

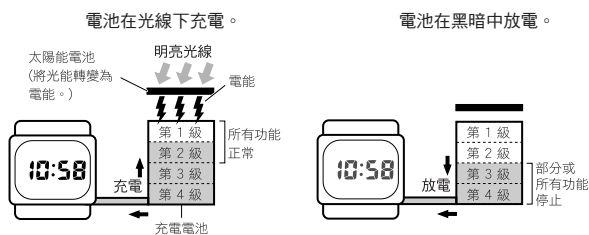
### 請讓手錶照射到明亮光線



本錶內置的電池會儲存由太陽能電池產生的電能。在照射不到光線的地方放置或使用本錶會使電池的電量耗盡。請盡可能讓手錶照射到光線。

- 不將手錶戴在手腕上使用時，請將手錶面朝明亮光源放置。
- 請盡量使手錶露在衣袖之外。部分錶面被遮擋時充電效率會顯著下降。

- 即使照不到光線，本錶亦將保持運作。讓手錶長期處於黑暗環境中會耗盡電池，並使手錶的有些功能停止。若電池耗盡，您將不得不在充電後再次配置手錶的各項設定。為確保手錶的正常運作，必須盡可能讓手錶照射到光線。

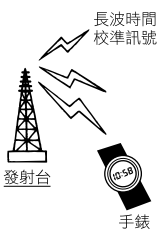


## 部位說明

- 按 **(C)** 鈕可選擇各功能畫面。
- 在任意功能中（設定畫面顯示時除外），按 **(B)** 鈕可點亮照明約一秒鐘。



## 電波錶



- 本錶接收時間校準訊號並相應更新時間。
- 本錶在設計上能接收從中國河南省商丘市發射的時間校準訊號（簡稱：BPC，頻率：68.5 kHz）。
  - 當北京（BJS）或香港（HKG）被選擇為居住城市，並且手錶在電波接收地區內時本錶將能接收到訊號。本錶的初始出廠居住城市設定為北京（BJS），因此若您在與北京相同的時區（GMT+8）內，則不需要改變設定。
  - 到2007年7月為止，中國不使用夏令時間（DST）。若中國在將來使用夏令時間，本錶的有些功能將無法正常動作。
  - 若您無法接收到時間校準訊號，請參閱“訊號接收疑難排解”一節。

- 使部分功能停止的實際充電水平依手錶的型號而不同。
- 頻繁使用照明會很快耗盡電池，使手錶需要充電。下示參考值為點亮一次照明後，為補足消耗的電量所需要的充電時間。  
在透過窗戶照射進來的陽光下時約為 5 分鐘  
在室內螢光燈下時約為 50 分鐘
- 請務必參照“電源”一節，瞭解有關讓手錶照射到明亮光線時需要知道的重要資訊。

### 若手錶畫面變為空白...

- 若手錶畫面變為空白，則表示為了節省電源，手錶的節電功能已將畫面關閉。
- 有關詳情請參閱“節電功能”一節。

請注意，CASIO COMPUTER CO., LTD.對於用戶本人或任何第三方因使用本產品或其故障而引起的任何損害或損失一律不負任何責任。

## 關於本說明書



- 手錶畫面的文字顯示有白底黑字及黑底白字兩種，依手錶的型號而不同。本說明書中的所有範例畫面均以白底黑字表示。
- 按鈕以圖中所示的字母表示。
- 本說明書的每一節都會介紹一種功能的操作。有關技術資料等詳情請參閱“參考資料”一節。

## 中國時間校準訊號

- 中國時間校準訊號（BPC）由中國科學院國家授時中心（<http://www.ntsc.ac.cn/>）保持，由位於商丘的發射台（68.5 kHz）發射。中國時間校準訊號的時間資料由國家授時中心保持。
- 請注意，時間校準訊號電波的傳送會因維護作業、雷雨閃光等偶爾中斷。

## 現在時間的設定

- 本錶自動按照時間校準訊號調整時間。需要時您還可以手動設定時間及日期。
- 當您旅行到北京所在時區（GMT+8）以外的地方時，請使用“如何指定居住城市”一節中的操作步驟根據需要改變手錶的居住城市設定。
  - 當您在時間校準訊號接收範圍之外的地方使用本錶時，需要手動調整時間。有關手動時間設定的詳情請參閱“計時功能”一節。

## 如何指定居住城市



1. 在計時功能中，按住 (A) 鈕直到城市代碼開始閃動，此表示現已進入設定畫面。
2. 用 (D) (向東) 鈕及 (B) (向西) 鈕選擇換城市代碼，顯示要用居住城市的代碼。
  - 要讓手錶接收中國時間校準電波訊號時，應選擇 BJS (北京) 或 HKG (香港) 作為居住城市。
  - 有關城市代碼的詳情，請參閱“City Code Table” (城市代碼表)。

3. 按 (A) 鈕退出設定畫面。

- 需要時，您可以解除時間訊號接收功能。有關詳情請參閱上的“如何開啟或解除自動訊號接收功能”一節。
- 若您的所在地不使用夏令時間 (日光節約時間)，請解除 DST 設定。

## 時間校準訊號的接收

共有兩種方法可用於接收時間校準訊號，自動訊號接收及手動訊號接收。

### 自動訊號接收

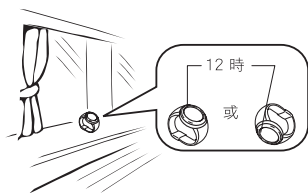
使用自動訊號接收時，手錶每天最多自動接收時間校準訊號五次。自動訊號接收成功一次後，當天隨後的所有自動接收操作便不再進行。有關詳情請參閱“關於自動訊號接收”一節。

### 手動訊號接收

手動訊號接收是通過按扭操作開始時間校準訊號的接收。有關詳情請參閱“如何手動接收訊號”一節。

### 重要！

- 要接收時間校準訊號時，請如圖所示擺放手錶，使其 12 時一側面朝窗戶。本錶在設計上是在深夜接收時間校準訊號。因此，晚上取下手錶後您應將其放置在窗口附近，如圖所示。確認附近沒有金屬物體。

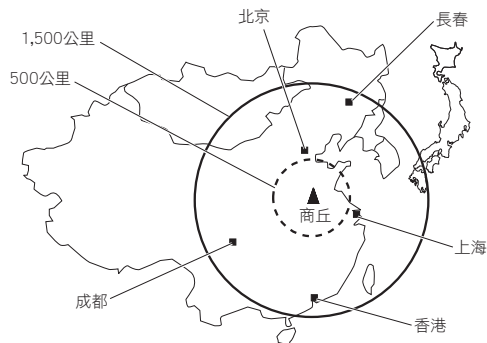


- 確認手錶的朝向正確。
- 在下列場所可能會難以甚至無法接收到訊號。



- 通常深夜的訊號接收環境最佳。
- 時間校準訊號的接收會需要一至七分鐘的時間。請小心，不要在訊號接收過程中進行任何按鈕操作或移動手錶。

### 大約電波接收範圍



- 在距離商丘 (中國) 發射台 500 公里以上的地方，在一年內的一段時期或一日內的一段時間內手錶可能會無法接收到電波訊號。無線電干擾亦可能會造成接收問題。
- 即使手錶位於發射台的接收地區內，若電波受到手錶與訊號源之間的山脈或其他地形的遮擋，訊號接收仍可能會失敗。
- 訊號的接收還會受到天氣、氣象條件及季節的變化等的影響。

### 關於自動訊號接收

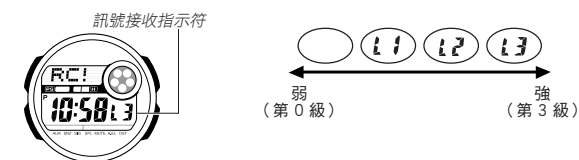
本錶每天當計時功能的時間到達早上 1:00、2:00、3:00、4:00 及 5:00 時自動開始接收時間校準訊號 (校準時間)。自動訊號接收成功一次後，當天隨後的所有自動接收操作便不再進行。

### 註

- 校準時間到達時，手錶只有在計時功能或世界時間功能中時才接收校準訊號。若您配置設定時到達了校準時間，手錶不進行訊號接收。
- 校準訊號的自動接收只在早上，當您還在睡夢中時進行 (對計時功能中的時間進行校準)。在晚上，請在上床睡覺之前從手腕上取下手錶，並將其放在易於接收訊號的地方。
- 手錶每天在計時功能中的時間到達校準時間時，接收校準訊號一至七分鐘。在任何校準時間的前後七分鐘內不要進行任何按鈕操作。否則會干擾手錶的時間校準操作。
- 請記住，校準訊號的接收時間取決於計時功能中的時間。當畫面上顯示任何校準時間之一時，手錶將進行訊號接收，無論此顯示的時間實際上是否正確。
- 倒數計時器動作過程中，手錶不進行校準訊號的接收。

### 關於訊號接收指示符

訊號接收指示符表示接收到的校準訊號的強度。為能最好地接收到電波，應將手錶放在訊號最強的地方。



- 訊號接收指示符可用作檢查訊號強度的指標，通過查看訊號接收指示符可在訊號接收過程中找到擺放手錶的最佳位置。
- 即使在訊號最強的地方，直到訊號接收穩定在訊號接收指示符指示的訊號強度為止亦需要約 10 秒鐘的時間。

### 如何手動接收訊號

#### 正在接收訊號



#### 訊號接收成功



#### 接收失敗



1. 進入計時功能畫面。
2. 將手錶放在平穩的地方，使其 12 時一側對準窗戶。
3. 按住 (D) 鈕約兩秒鐘，直到 RC! 出現的畫面上。
  - 時間校準訊號的接收會需要一至七分鐘。不要在訊號接收過程中進行任何按鈕操作或移動手錶。
  - 若訊號接收成功，接收日期及時間將隨 GET 指示符一起出現在畫面上。若您按 (D) 鈕或不做任何按鈕操作經過約兩或三分鐘，手錶將進入計時功能畫面。
  - 若訊號接收失敗，但上次的訊號接收是成功的，畫面將顯示上次接收的日期及時間，並顯示 ERR 指示符。
    - --- 表示訊號接收操作均未成功。若您按 (D) 鈕或不做任何按鈕操作經過約兩或三分鐘，手錶將進入計時功能畫面，而時間保持不變。

## 如何開啟或解除自動訊號接收功能



1. 在計時功能中，按 **(D)** 鈕顯示最終訊號畫面。
2. 按住 **(A)** 鈕約兩秒鐘，直到 **RCV** 出現在畫面上。
  - 目前的自動訊號接收設定 (**on** 或 **OFF**) 將閃動。
  - 請注意，若目前選擇的居住城市不支援時間校準訊號的接收，則設定畫面不會出現。
3. 按 **(D)** 鈕開啟 (**on**) 或解除 (**OFF**) 自動訊號接收功能。
4. 按 **(A)** 鈕退出設定畫面。
  - 有關支援訊號接收的城市代碼的說明，請參閱“如何指定居住城市”一節。

## 如何檢查最終訊號接收結果



- 在計時功能中，按 **(D)** 鈕顯示最終訊號畫面。
- 若訊號接收已成功，畫面將顯示成功接收的時間及日期。---表示訊號接收操作均未成功。
  - 要返回計時功能畫面時，請按 **(D)** 鈕。

## 訊號接收疑難排解

當您在訊號接收上遇到問題時，請檢查以下各點。

問題	可能原因	對策
不能手動接收訊號	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 手錶不在計時功能中。</li> <li>• 居住城市設定不是下列之一：<b>BJS</b> 或 <b>HKG</b></li> <li>• 白天經常會出現無線電波的干擾，其會妨礙時間校準訊號電波的接收。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 進入計時功能並再試一次。</li> <li>• 選擇 <b>BJS</b> 或 <b>HKG</b> 作為居住城市。</li> <li>• 檢查確認手錶在能接收到電波訊號的地區。</li> </ul>
接收訊號之後時間仍不準確。	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 居住城市設定與您正在使用手錶的地區不一致。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 選擇正確的居住城市代碼。</li> </ul>

- 有關詳情請參閱“時間校準訊號的接收”中的“重要！”及“電波錶須知”各節。

## 世界時間功能



世界時間功能可顯示世界 48 個城市 (29 個時區) 的現在時間。

- 若手錶表示的某城市的現在時間不準，請檢查居住城市的時間並作必要的變更。
- 本節中的所有操作都必須在世界時間功能中進行。請按 **(C)** 鈕進入該功能。

### 如何查看各城市的時間

在世界時間功能中，用 **(D)** (向東) 鈕選換城市代碼 (時區)。

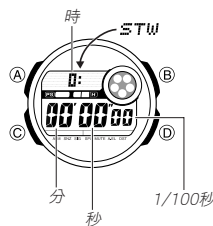
- 有關城市代碼的詳情，請參閱“City Code Table” (城市代碼表)。

### 如何選換各城市的標準時間及夏令時間



1. 在世界時間功能中，用 **(D)** 鈕顯示要改變其標準時間/夏令時間設定的城市 (時區)。
2. 按住 **(A)** 鈕選換夏令時間 (DST 指示符出現) 及標準時間 (DST 指示符消失)。
- 當已啟用夏令時間的城市代碼表示時，DST 指示符將會出現。
- 請注意，DST 夏令時間/標準時間設定只對目前在畫面中顯示的城市有效，其他城市不受影響。

## 秒錶功能



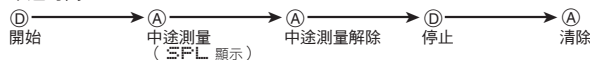
- 秒錶用於測量經過時間、中途時間及兩名選手的完成時間。秒錶還配備有自動開始功能。
- 秒錶的測時限度為 999 小時 59 分 59.99 秒。
  - 若不停止秒錶，測時會一直不停地進行。到達測時限度時，秒錶會再次由零開始重新測時。
  - 當中途時間正在畫面中顯示時，若退出秒錶功能，手錶將清除中途時間並返回經過時間的測量畫面。
  - 若不停止秒錶，即使退出秒錶功能，測時亦會繼續進行。
  - 本節中的所有操作都必須在秒錶功能中進行。請按 **(C)** 鈕進入該功能。

### 如何使用秒錶測時

#### 經過時間



#### 中途時間



#### 兩名選手的完成時間



### 關於自動開始功能

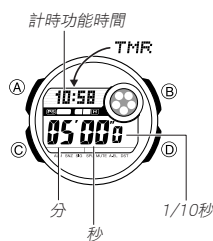
使用自動開始功能時，手錶進行 5 秒鐘的倒數，倒數至零時秒錶自動開始測時。

倒數到最後三秒鐘時，手錶每秒發出一聲鳴音。

### 如何使用自動開始功能

1. 在秒錶功能中，當秒錶畫面顯示全零時，按 **(A)** 鈕。
  - 手錶顯示 5 秒倒數畫面。
  - 要返回全零畫面時，請再次按 **(A)** 鈕。
2. 按 **(D)** 鈕開始倒數。
  - 倒數至零時，手錶鳴音並自動開始秒錶測時操作。
  - 自動開始功能的倒數正在進行時，按 **(D)** 鈕可立即開始秒錶測時。

## 倒數計時器功能



倒數計時器可在 1 至 60 分鐘的範圍內設定。倒數至零時手錶將發出鬧鈴音。

- 本節中的所有操作都必須在倒數計時器功能中進行。請按 **(C)** 鈕進入該功能。

### 如何設定倒數開始時間

1. 當倒數開始時間顯示在倒數計時器功能畫面上時，按住 **(A)** 鈕直至倒數開始時間開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
  - 若倒數開始時間未顯示，則請按照“如何使用倒數計時器”一節中的操作步驟將其顯示。
2. 使用 **(D)** (+) 鈕及 **(B)** (-) 鈕改變閃動中的設定值。
3. 按 **(A)** 鈕退出設定畫面。

### 如何使用倒數計時器

- 在倒數計時器功能中，按 **(D)** 鈕可使倒數開始。
- 倒數至零時鬧鈴會鳴響 10 秒鐘，按任意鈕可中途停止鬧鈴音。鬧鈴停止鳴響後，倒數時間會自動返回至其開始值。
  - 當倒數計時正在進行時，按 **(D)** 鈕可暫停倒數。再次按 **(D)** 鈕又可重新恢復倒數。
  - 要完全停止倒數計時，請首先暫停倒數 (按 **(D)** 鈕)，然後再按 **(A)** 鈕。此時，倒數時間會返回至其開始值。

## 鬧鈴功能



本錶配備有五個可單獨使用的每日鬧鈴。鬧鈴經開啟後，本錶在到達鬧鈴時間時會發出鬧鈴音。五個鬧鈴中一個可配置為間歇鬧鈴或一次鳴響鬧鈴，而其他四個為一次鳴響鬧鈴。

您還可以開啟整點響報，使本錶在每小時正點鳴音兩次。

- 本錶有五個編號為 1 至 5 的鬧鈴畫面。整點響報畫面則由 :00 表示。
- 進入鬧鈴功能時，上次退出該功能時的畫面將首先出現。
- 本節中的操作都必須在鬧鈴功能中進行。請按 (C) 鈕進入該功能。

### 如何設定鬧鈴時間



1. 在鬧鈴功能中，用 (D) 鈕選擇要設定的鬧鈴直至其鬧鈴畫面出現為止。



- 鬧鈴 1 可設定為間歇鬧鈴或一次鳴響鬧鈴。而鬧鈴 2 至 5 只能作為一次鳴響鬧鈴使用。
  - 間歇鬧鈴會每隔 5 分鐘鳴音 1 次。
- 選擇鬧鈴後，按住 (A) 鈕直至鬧鈴時間的時數開始閃動。此表示現已進入設定畫面。
  - 按 (C) 鈕選擇時數或分數。
  - 用 (D) (+) 鈕及 (B) (-) 鈕改變閃動中的設定值。
    - 使用 12 小時制設定鬧鈴時間時，注意鬧鈴時間的上午（無指示符）或下午（P 指示符）是否正確。
  - 按 (A) 鈕退出設定畫面。

### 鬧鈴的動作

每當到達預設時間時鬧鈴會鳴響約 10 秒鐘。間歇鬧鈴將每隔五分鐘鳴響一次，總共重複七次。您可途中解除鬧鈴或將其變更為一次鳴響鬧鈴。

#### 註

- 按任意鈕可在鬧鈴開始鳴響後停止鬧鈴音。
- 在間歇鬧鈴的 5 分鐘間隔內，若進行下列操作之一，則目前的間歇鬧鈴會被解除。

顯示計時功能的設定畫面  
顯示鬧鈴 1 的設定畫面

### 如何測試鬧鈴

在鬧鈴功能中，按住 (D) 鈕可使鬧鈴鳴響。

### 如何開啟或解除鬧鈴 2 至 5



- 在鬧鈴功能中，用 (D) 鈕選擇一次鳴響鬧鈴（鬧鈴編號 2 至 5）。
- 按 (A) 鈕開啟或解除顯示的鬧鈴。
  - 開啟一個一次鳴響鬧鈴（2 至 5）將使一次鳴響鬧鈴開啟指示符出現在鬧鈴畫面上。任何鬧鈴開啟後，一次鳴響鬧鈴開啟指示符還會顯示在所有功能畫面上。

一次鳴響鬧鈴開啟指示符

### 如何選擇鬧鈴 1 的動作

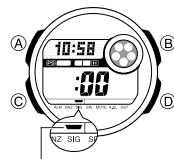
- 在鬧鈴功能中，用 (D) 鈕選擇鬧鈴 1。
- 按 (A) 鈕依照下列順序選擇設定。

間歇鬧鈴開啟指示符及一次鳴響鬧鈴開啟指示符



- 鬧鈴經開啟後，相應的鬧鈴開啟指示符將顯示在所有功能畫面中。
- 在間歇鬧鈴的 5 分鐘間隔內，間歇鬧鈴指示符會閃動。
- 間歇鬧鈴處於開啟狀態時，顯示鬧鈴 1 的設定畫面將自動解除間歇鬧鈴（使鬧鈴 1 變為一次鳴響鬧鈴）。

### 如何開啟或解除整點響報



整點響報開啟指示符

- 在鬧鈴功能中，用 (D) 鈕選擇整點響報畫面 (:00)。
- 按 (A) 鈕開啟或解除整點響報。
  - 開啟整點響報會使整點響報開啟指示符出現在所有功能畫面上。

## 照明



自動照明功能指示符

本錶採用一塊 EL（電子螢光）板提供照明，其可點亮整幅顯示螢幕，即使在黑暗中亦可使畫面明亮易觀。本錶還配備有自動照明功能，只要將手錶面向您轉動，照明便會自動點亮。

- 自動照明功能必須開啟（由自動照明功能指示符表示）才能動作。
- 有關照明的其他重要資訊，請參閱“照明須知”一節。

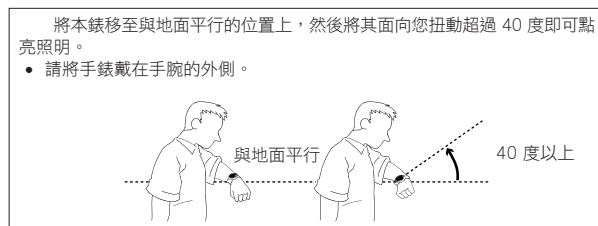
### 如何手動點亮照明

在任何功能畫面（設定畫面除外）顯示時，按 (B) 鈕約一秒鐘可點亮照明。

- 無論自動照明功能是否已開啟，上述操作都可點亮照明。

### 關於自動照明功能

自動照明功能經開啟後，無論手錶的功能狀態為何，每當您如下所示轉動手腕時，照明便會點亮。請注意，本錶的自動照明功能為“Full Auto EL Light”（全自動電子螢光照明），只有當環境光線低於某水平時才動作。在明亮的光線下其不會點亮照明。



#### 警告！

- 在使用自動照明功能觀看手錶時，必須確認您目前所在位置的安全。特別是在跑步或進行任何其他有可能會導致事故或傷人的活動時，必須格外小心謹慎。注意照明會被自動照明功能突然點亮，請避免使您周圍的人受驚或注意力分散。
- 在騎自行車、或駕駛摩托車或其他機動車之前，必須先將手錶的自動照明功能解除。因為自動照明功能有可能會突然或意外動作點亮照明，分散您的注意力，有導致交通事故及嚴重傷人意外的危險。

### 如何開啟或解除自動照明功能

在計時功能中（設定畫面顯示時除外），按住 (B) 鈕約三秒鐘可開啟（自動照明功能指示符出現）或解除（自動照明功能指示符消失）自動照明功能。

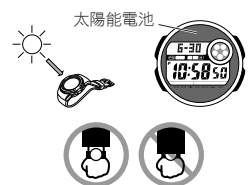
- 自動照明功能經開啟後，自動照明功能指示符會顯示在所有功能畫面中。

## 電源

本錶配備有一個太陽能電池及一個能儲存由太陽能電池所發電能的特殊充電電池（二次電池）。下圖舉例說明充電時如何放置手錶。

範例：如圖所示擺放手錶使其錶面向光源。

- 右圖所示為樹脂錶帶手錶的擺放方法。
- 請注意，若有部分太陽能電池被衣服等遮擋，充電效率會下降。
- 平時應盡可能將手錶露在衣袖之外。即使僅部分錶面被遮擋亦會使充電效率顯著下降。



## 重要！

- 將手錶長期存放在暗處或佩戴時手錶因被遮擋而照不到光線，都會使充電電池的電量耗盡。請儘可能讓手錶照到明亮的光線。
- 本錶使用特殊充電電池儲存由太陽能電池產生的電能，因此電池不需要定期更換。但經長期使用後，充電電池會逐漸失去充電能力，無法將電充滿。若您發現充電電池無法充滿電，請與您的經銷商或CASIO代理商聯繫有關電池更換的事宜。
- 用戶不得自行取出或更換手錶的專用充電（二次）電池。使用為手錶指定的專用充電電池之外的電池會損壞手錶。
- 當電池電量下降至第 5 級或更換充電電池之後，現在時間及所有其他設定均會返回至其出廠初始預設定。
- 要長期存放手錶時，請開啟節電功能並將手錶放在平時能照到明亮光線的地方。如此可防止充電電池的電量耗盡。

## 電池電量指示符及恢復指示符

電池電量指示符表示充電電池目前的電量水平。



電池電量指示符

電量級數	電池電量指示符	功能狀態
1		所有功能均正常。
2		所有功能均正常。
3		鬧鈴、整點響報、照明及時間校準訊號接收功能停止。
4		包括自動照明在內的所有功能停止。
5		包括計時在內的所有功能均停止，手錶返回初始出廠預設定狀態。

- 當電池電量為第 3 級時，LOW 會在計時功能畫面上閃動。
- 第 3 級的 LOW 及第 4 級的充電指示符（CHG）均表示電池電量已很低，手錶需要盡快放在明亮光線下充電。
- 當電池電量下降到第 5 級時，所有功能都將停止，並且設定亦將返回至其出廠初始預設定。充電電池經充電後各功能會再次啟動，但電池電量從第 5 級回升至第 4 級（由閃動的充電指示符（CHG）表示）後需要設定時間及日期。電量一旦下降至第 5 級後，直到回升至第 3 級（無充電指示符表示）為止所有其他設定均無法配置。
- 手錶照射到直射陽光或一些其他極為強烈的光線時，電池電量指示符可能會暫時表示一個比實際電量水平高的級數。但數分鐘後正確的電池電量指示符便會出現。
- 若短時間內多次使用照明或鬧鈴，充電指示符（CHG）會在畫面中閃動，並且直到電池電量恢復為止下列操作將無法執行。

照明  
鳴音  
時間校準訊號的接收

片刻後電池電量便會恢復，充電指示符（CHG）消失時表示上述功能再次有效。

## 充電須知

有些充電環境會使手錶變得非常燙熱。請避免將手錶放在下述地方為充電電池充電。同時還請注意，手錶溫度過高會使其液晶顯示幕熄滅。手錶溫度降低後 LCD 的顯示會再次恢復正常。

## 警告！

將手錶放置在明亮的光線下對充電電池進行充電會使手錶變得燙熱。接觸手錶時請小心以免燙傷。尤其長時間置於上述環境中時，手錶會變得極為燙熱。

- 停在直射陽光下的汽車中的儀表板上
- 白熾燈的近旁
- 直射陽光下

## 充電指南

充滿電後計時可持續運作最長約八個月。

- 下表列出了為補充通常運作一天所消耗的電能，手錶需要照射光線的時間長度。

光線類型（亮度）	大約照射時間
在室外陽光下（50,000 lux）	5 分鐘
在有陽光的窗口下（10,000 lux）	24 分鐘
在陰天的窗口下（5,000 lux）	48 分鐘
在室內螢光燈下（500 lux）	8 小時

- 規格中含有所有詳細的技術資料。
  - 畫面每天顯示 18 個小時、休眠 6 個小時
  - 照明每天點亮一次（1.5 秒）
  - 鬧鈴每天鳴響 10 秒
  - 每天接收訊號 10 分鐘
- 經常照射光線可保證手錶運作的穩定。

## 恢復時間

下表列出了電池電量升高一級所需要的照射時間。

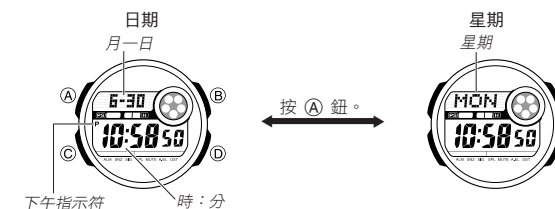
光線類型（亮度）	大約照射時間				
	第 5 級	第 4 級	第 3 級	第 2 級	第 1 級
在室外陽光下（50,000 lux）	2 小時		43 小時		12 小時
在有陽光的窗口下（10,000 lux）	6 小時		161 小時		45 小時
在陰天的窗口下（5,000 lux）	11 小時		261 小時		72 小時
在室內螢光燈下（500 lux）	122 小時		---		

- 上示照射時間僅為參考值。實際所需要的照射時間依光線條件而不同。

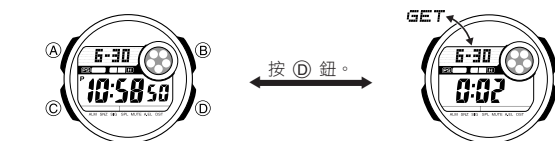
## 計時功能

計時功能用於查看及設定現在時間及日期。

- 設定時間時，您還可以配置 12/24 小時制、節電功能的開啟/解除以及指定計時功能畫面。
- 在計時功能中，按 (A) 鈕可如下所示選擇畫面。



- 在計時功能中按 (D) 鈕可顯示最終訊號畫面。



## 時間及日期的手動設定

在改變時間及日期之前，必須首先選擇居住城市。世界時間功能中的時間都是根據計時功能中的設定計算顯示。因此，若在計時功能中設定時間及日期之前未選擇正確的居住城市，世界時間功能中的時間將是錯誤的。

## 如何手動設定時間及日期



- 在計時功能中，按住 (A) 鈕直到城市代碼開始閃動，此表示現已進入設定畫面。
- 按 (C) 鈕依照下示順序選擇設定項目（閃動）。



3. 選擇了要變更的設定項目後，用 **(B)** 鈕及/或 **(D)** 鈕如下所述改變閃動中的設定值。

畫面：	目的：	操作：
	改變城市代碼	用 <b>(D)</b> (向東) 鈕及 <b>(B)</b> (向西) 鈕。
	選換標準時間 ( <b>OFF</b> ) 及夏令時間 ( <b>ON</b> )	按 <b>(D)</b> 鈕。
	交替選換 12 小時 ( <b>12H</b> ) 及 24 小時 ( <b>24H</b> ) 時制。	按 <b>(D)</b> 鈕。
	將秒數復位至 <b>00</b>	按 <b>(D)</b> 鈕。
	改變時或分	用 <b>(D)</b> (+) 鈕及 <b>(B)</b> (-) 鈕。
	改變年、月或日	
	交替開啟 ( <b>ON</b> ) 或解除 ( <b>OFF</b> ) 節電功能	按 <b>(D)</b> 鈕。

- 有關城市代碼的詳情，請參閱“City Code Table”（城市代碼表）。
- 有關節電功能的說明，請參閱“節電功能”一節。

4. 按 **(A)** 鈕退出設定畫面。

### 夏令時間 (DST)

夏令時間 (日光節約時間) 比標準時間快 1 個小時。請注意，並非所有國家或地區都使用夏令時間。

- 到 2007 年 7 月為止，中國不使用夏令時間 (DST)。若中國在將來使用夏令時間，本錶的有些功能將無法正常動作。
- 若您無法接收到時間校準訊號，則請手動選擇標準時間或夏令時間 (日光節約時間)。

### 如何改變夏令時間 (日光節約時間) 設定

1. 在計時功能中，按住 **(A)** 鈕直到城市代碼開始閃動，此表示現已進入設定畫面。
  2. 按 **(C)** 鈕顯示 DST 設定畫面。
  3. 按 **(D)** 鈕選換夏令時間 (**ON** 顯示) 及標準時間 (**OFF** 顯示)。
  4. 選擇設定後，按 **(A)** 鈕退出設定畫面。
- DST 指示符出現時表示夏令時間被開啟。

## 參考資料

本節更為詳細地介紹有關操作本錶的詳情及技術資訊，其中還包括本錶各種功能及特長的重要須知及注意事項。

### 按鈕操作音

每當您按手錶上的按鈕之一時，按鈕操作音便會鳴響。按鈕操作音可以根據需要開啟或解除。

- 即使按鈕操作音已被解除，鬧鈴、整點響報及倒數計時器鬧鈴亦將正常鳴音。

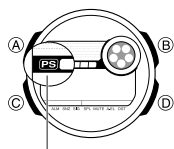
### 如何開啟或解除按鈕操作音

在任意功能中 (設定畫面顯示時除外)，按 **(C)** 鈕可交替開啟 (消音指示符不顯示) 或解除 (消音指示符顯示) 按鈕操作音。

- 由於 **(C)** 鈕還是功能選換鈕，所以按住 **(C)** 鈕開啟或解除按鈕操作音時，還會使手錶的功能改變。
- 當按鈕操作音被解除時，消音指示符會出現在所有功能畫面中。

### 節電功能

經開啟後，節電功能會在手錶處於暗處經過一定時間後自動將手錶切換至休眠狀態。下表介紹節電功能對手錶各功能的影響。



節電指示符

不見光的經過時間	畫面顯示	功能
60 至 70 分鐘	畫面變為空白，節電指示符 ( <b>PS</b> ) 閃動	除畫面顯示之外，所有功能正常
6 或 7 天	畫面變為空白，節電指示符 ( <b>PS</b> ) 不閃動	鳴音、照明及畫面顯示停止

- 將手錶戴在衣袖內會使其進入休眠狀態。
- 在早上 6:00 至晚上 9:59 之間時手錶不會進入休眠狀態。但若手錶已處於休眠狀態時時間到達早上 6:00，則手錶將保持休眠狀態。

### 如何解除休眠狀態

執行下述任何操作之一。

- 將手錶移至光線良好的地方
- 按任意按鈕。
- 將手錶面向您轉動

### 如何開啟或解除節電功能

開啟/解除狀態



1. 在計時功能中，按住 **(A)** 鈕直到城市代碼開始閃動，此表示現已進入設定畫面。
  2. 按 **(C)** 鈕九次直到節電功能開啟/解除畫面出現。
  3. 按 **(D)** 鈕開啟 (**ON**) 或解除 (**OFF**) 節電功能。
  4. 按 **(A)** 鈕退出設定畫面。
- 節電功能經開啟後，節電指示符 (**PS**) 會顯示在所有功能畫面上。

### 畫面的自動返回

- 在鬧鈴功能中，若不做任何操作經過兩或三分鐘，手錶將自動返回計時功能。
- 當有設定在畫面中閃動時，若不做任何操作經過兩或三分鐘，手錶將自動退出設定畫面。

### 選換

在各種功能及設定畫面中，使用 **(B)** 鈕及 **(D)** 鈕可以選換資料。通常在選換資料時，按住此二鈕可高速選換。

### 初始畫面

進入世界時間功能或鬧鈴功能時，上次退出該功能時畫面上顯示的資料會首先出現。

### 電波錶須知

- 強靜電會使時間發生錯誤。
- 電離層會反射時間校準訊號。因此，電離層反射率的變化、以及電離層因季節性大氣變化或一日中時間的變化而引起的高度變化等因素可能會改變訊號的接收範圍，並使訊號接收暫時性失敗。
- 即使手錶正常接收到時間校準訊號，有些條件也可能會使時間產生最大一秒鐘的誤差。
- 根據時間校準訊號設定的時間比手動設定優先度高。
- 本錶在設計上能在 2000 年 1 月 1 日至 2099 年 12 月 31 日期間自動更新日期及星期。時間校準訊號不能對 2100 年 1 月 1 日以後的日期進行設定。
- 本錶能接收區分閏年與非閏年的訊號。
- 雖然本錶在設計上能夠同時接收時間資料 (時、分、秒) 及日期資料 (年、月、日)，但有些訊號條件可能會限制時間資料的接收。
- 通常，最終訊號畫面表示的訊號接收日期為包含在接收到的時間校準訊號中的日期。但當只接收到時間資料時，最終訊號畫面將顯示接收時間訊號計時功能中的日期。
- 若您所處地區無法正常接收到時間校準訊號，手錶在常溫下每月的誤差在 ± 15 秒以內。
- 若您時間校準訊號的接收上遇到問題，或接收到訊號後時間仍不準確，則請檢查城市代碼、DST (夏令時間) 及自動訊號接收設定。

### 計時

- 將秒數復位至 **00** 時，若秒數是在 30 至 59 之間，則分數值會加 1；若秒數是在 00 至 29 之間，則分數值會保持不變。
- 星期會根據日期 (年、月、日) 自動顯示。
- 年份可在 2000 年至 2099 年之間設定。
- 本錶內置有全自動日曆，其能自動調整長短月及閏年的日期。日期一旦設定，除更換手錶電池或電池電量下降至第 5 級之後以外無需再次調整。
- 計時功能及世界時間功能中的所有城市的目前時間均根據各城市的 UTC 時差計算而來。
- UTC 時差是指，基準點英國格林威治與各城市所在時區之間的時差。
- UTC 是 “Universal Time Coordinated (協調世界時)” 的縮寫，是世界通用的計時科學標準。其由原子 (銫) 時鐘精心保持計時，精度在微秒之內。UTC 須根據需要加減閏秒，以保持與地球自轉同步。

## 12 小時 / 24 小時時制

本錶的所有其他功能都會採用您在計時功能中選擇的 12 小時/24 小時時制。

- 選用 12 小時時制時，在正午至午夜 11:59 之間下午指示符 (P) 會在畫面中出現，而在午夜至正午 11:59 之間沒有指示符表示。
- 選用 24 小時時制時，時間在 0:00 至 23:59 之間表示，畫面上沒有任何表示上午或下午的指示符顯示。

## 照明須知

- 本錶採用電子螢光板提供照明，經長期使用後其會失去照明能力。
- 在直射陽光下，照明的光亮有可能會難以看到。
- 照明點亮時本錶可能會發出響音。此響音由 EL 電子螢光板點亮時的震動所產生，純屬正常，並不表示手錶發生了故障。
- 鬧鈴鳴響時，照明會自動熄滅。
- 經常使用照明會縮短電池的壽命。

## 自動照明功能須知

- 每當電池電量下降至第 4 級時自動照明功能將自動被解除。
- 將本錶戴在手腕的內側時，手臂的移動或振動都可能使自動照明功能頻繁動作、點亮照明。為避免耗盡電池，每當要進行可能使照明頻繁點亮的活動時，請將自動照明功能解除。
- 請注意，在自動照明功能開啟的情況下，將手錶戴在衣袖下會使照明頻繁點亮並將電池耗盡。



- 若錶面左右兩側傾斜超過 15 度，照明有可能無法點亮。必須保持您的手背與地面平行。
- 即使您讓手錶保持面朝您的狀態，照明亦會在約一秒鐘內熄滅。
- 靜電或磁力會干擾自動照明功能的正常動作。若照明不點亮，請將手錶移回原位（與地面平行）並再次轉向您。照明仍不點亮時，請將手臂完全放下，讓手臂回到自然位置的腰側，然後提起來再試一次。

- 在某些情況下，將手錶錶面轉向您約一秒鐘後照明才會點亮。這並不表示自動照明功能出現了問題。
- 前後晃動手錶時您可能會聽到有非常輕微的喀嚓聲從手錶中發出。此聲音由自動照明功能的機械動作所產生，並不表示本錶出現了問題。

## City Code Table

City Code	City	GMT Differential	Other major cities in same time zone
PPG	Pago Pago	-11.0	
HNL	Honolulu	-10.0	Papeete
ANC	Anchorage	-09.0	Nome
YVR	Vancouver	-08.0	San Francisco, Las Vegas, Seattle/Tacoma, Dawson City, Tijuana
LAX	Los Angeles		
YEA	Edmonton	-07.0	El Paso, Edmonton, Culiacan
DEN	Denver		
MEX	Mexico City	-06.0	Houston, Dallas/Fort Worth, New Orleans, Winnipeg
CHI	Chicago		
MIA	Miami	-05.0	Montreal, Detroit, Miami, Boston, Panama City, Havana, Lima, Bogota
YTO	Toronto		
NYC	New York		
CCS	Caracas	-04.0	La Paz, Santiago, Port Of Spain
YHZ	Halifax		
YYT	St. Johns	-03.5	
RIO	Rio De Janeiro	-03.0	Sao Paulo, Buenos Aires, Brasilia, Montevideo
RAI	Praia	-01.0	
LIS	Lisbon	+00.0	Dublin, Casablanca, Dakar, Abidjan
LON	London		
MAD	Madrid	+01.0	Milan, Amsterdam, Algiers, Hamburg, Frankfurt, Vienna
PAR	Paris		
ROM	Rome		
BER	Berlin		
STO	Stockholm		
ATH	Athens	+02.0	Helsinki, Istanbul, Beirut, Damascus, Cape Town
CAI	Cairo		
JRS	Jerusalem		
MOW	Moscow	+03.0	Kuwait, Riyadh, Aden, Addis Ababa, Nairobi
JED	Jeddah		
THR	Tehran	+03.5	Shiraz
DXB	Dubai	+04.0	Abu Dhabi, Muscat
KBL	Kabul	+04.5	
KHI	Karachi	+05.0	Male
DEL	Delhi	+05.5	Mumbai, Kolkata, Colombo
DAC	Dhaka	+06.0	
RGN	Yangon	+06.5	
BKK	Bangkok	+07.0	Jakarta, Phnom Penh, Hanoi, Vientiane
SIN	Singapore		
HKG	Hong Kong	+08.0	Kuala Lumpur, Manila, Perth, Ulaanbaatar
BJS	Beijing		
TPE	Taipei		
SEL	Seoul	+09.0	Pyongyang
TYO	Tokyo		
ADL	Adelaide	+09.5	Darwin
GUM	Guam	+10.0	Melbourne, Rabaul
SYD	Sydney		
NOU	Noumea	+11.0	Port Vila
WLG	Wellington	+12.0	Christchurch, Nadi, Nauru Island

• Based on data as of June 2007.